

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 «Александровская средняя общеобразовательная школа № 10»
 663960, Красноярский край, Рыбинский район, с. Александровка, ул. Советская, 44 а
 E-mail: aleksandrovka-school10@mail.ru
 тел: 83916577147



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ «Александровская СОШ № 10»
 Л.С. Манузина

Меню № 7 для питания школьников 13.12.2024г

| Прием пищи | Раздел | № рецепта | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|--------------|-----------|-------------------------|--------------------|-------|--------------|-------|------|----------|----|
| Завтрак | Гор. блюдо | 94 | Суп молочный с крупой | 200 | 49,00 | 125 | 2 | 6 | 25 | |
| | Гор. напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 2,85 | 60 | 0 | 0 | 15 | |
| | Хлеб | 15 | Хлеб пшеничный | 60 | 1,80 | 135 | 5 | 2 | 27 | |
| | 3 блюдо | | Яйцо отварное | 40 | 7,00 | 150 | 12 | 11 | 1 | |
| Обед | Закуска | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 102 | Суп гороховый с курицей | 200 | 12,00 | 126 | 2 | 5 | 14 | |
| | 2 блюдо | 486 | Рыба тушеная | 100 | 42,80 | 137 | 9,2 | 5,4 | 3 | |
| | Гарнир | 512 | Рис припущенный | 150 | 11,20 | 247 | 4 | 5,3 | 25 | |
| | Сладкое | | | | | | | | | |
| | Хлеб бел. | | | | | | | | | |
| | Хлеб черн. | | | Хлеб ржаной | 60 | 1,80 | 135 | 4 | 1 | 27 |
| | Напиток | 705 | | Отвар из шиповника | 200 | 2,63 | 60 | 0 | 0 | 15 |